



PENSAMIENTO CRÍTICO

Taller Introductorio



El pensamiento crítico...

¿Que te impide desarrollarlo?

1. Pensamiento egocéntrico

Aunque los comportamientos egocéntricos son menos prominentes en la edad adulta, superar el egocentrismo puede ser un proceso de por vida. El pensamiento egocéntrico es una tendencia natural a ver todo en relación con uno mismo. Este tipo de pensamiento conduce a la incapacidad de simpatizar con los demás o analizar y evaluar diversas perspectivas. Lamentablemente, dado que la mayoría de las personas egocéntricas no están dispuestas o no pueden ver este defecto de carácter dentro de sí mismos, esto aumenta la dificultad para superar la barrera.

2. Pensamiento grupal

El pensamiento grupal puede conducir a patrones de toma de decisiones poco saludables y repetitivos. Al igual que el pensamiento egocéntrico, es difícil de superar. Romper el ciclo requiere que las personas se aparten del grupo y cuestionen opiniones, pensamientos e ideas de otros círculos.

3. Mentalidad en Piloto Automático

La mentalidad de piloto automático es un patrón de seguir los movimientos, prestando poca o ninguna atención a lo que sucede a tu alrededor. Piensa en una rutina monótona. Puedes caer en esto en cualquier momento y no darte cuenta. Todo entra en piloto automático y las habilidades de pensamiento crítico se dejan de lado. Las rutinas diarias a menudo conducen a una mentalidad como esta y pueden causar una pérdida de habilidades de pensamiento crítico.

4. Condicionamiento Social

Las suposiciones y los estereotipos conducen al condicionamiento social. Lo hace al cegarnos de darnos cuenta de que incluso estamos haciendo suposiciones y en primer lugar. La capacidad de pensar fuera del espectro es una gran ventaja porque la mayoría no se dan cuenta de que están siendo condicionados a pensar de cierta manera.



El pensamiento crítico... ¿Que te impide desarrollarlo?

5. Experiencias sesgadas

La naturaleza humana opta por no pensar demasiado en el momento de tomar una decisión, y en consecuencia, se sirve de experiencias pasadas, y de otro tipo de factores con más peso que la propia razón y la lógica. El sesgo es un peso desproporcionado a favor o en contra de una cosa, persona o tema en comparación con otra. Los prejuicios personales pueden prohibir el pensamiento crítico porque impiden que el pensador sea justo. Este tipo de pensamiento también puede impedir que una persona use la experiencia, el razonamiento y el sentido común para tomar decisiones informadas.

6. Factor Tiempo

Las limitaciones de tiempo a menudo sirven como una barrera para integrar las oportunidades de aprendizaje que respaldan las habilidades de pensamiento crítico. Los puntajes de las pruebas y las medidas de enseñanza obligatorias a menudo dan como resultado que usted no pueda dedicar el tiempo correcto a los temas importantes.

7. Arrogancia e intolerancia

Los verdaderos pensadores críticos no dan la bienvenida a la arrogancia y intolerancia en sus mentes. Es casi imposible encontrar la mejor solución a un problema con una mentalidad cerrada. Sin habilidades de pensamiento crítico, las personas a menudo reaccionan de manera irreflexiva e imprudente ante las situaciones. Lo que deberían hacer, sin embargo, es evaluar y asumir la responsabilidad de sus elecciones mientras aceptan las recompensas o consecuencias que siguen a esas elecciones. La arrogancia y la intolerancia bloquean la creatividad y no dejan lugar a otras sugerencias para la resolución de problemas.





¿Que es el Pensamiento Crítico?

Algunos expertos describen la capacidad de una persona para cuestionar los sistemas de creencias, probar suposiciones previas y reconocer la ambigüedad como evidencia del pensamiento crítico. Otros identifican habilidades específicas que demuestran el pensamiento crítico, como la capacidad de identificar problemas y sesgos, inferir y sacar conclusiones y determinar la relevancia de la información en una situación.

Este proceso cognitivo es vital para obtener excelentes resultados en los pacientes.

El pensamiento crítico combina

- la base de conocimiento
- la experiencia
- las competencias en el proceso de enfermería
- las actitudes

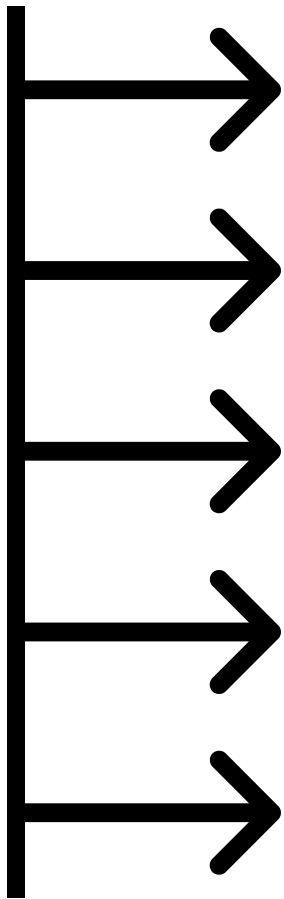
De ahí se puede explicar cómo los enfermeros realizan los juicios clínicos que son necesarios para brindar cuidados de enfermería seguros y efectivos.

Nicholas, ha sido enfermero de cuidados críticos durante 10 años en enfermería de trauma neurológico y cuidados intensivos cardiovasculares y quirúrgicos. Él define el pensamiento crítico como "necesario para la resolución de problemas y la toma de decisiones por parte de los proveedores de atención médica".

Nicholas McGowan,
BSN, RN, CCRN



Destrezas Necesarias



Observación

La habilidad de notar y predecir oportunidades, problemas y soluciones.

Análisis

La recopilación, comprensión e interpretación de datos e información.

Inferencia

Sacar conclusiones basadas en datos relevantes, información, conocimiento y experiencia personal.

Comunicación

Compartir y recibir información con otros de forma verbal, no verbal y por escrito.

Resolución de problemas

El proceso de recopilar, analizar y comunicar información para identificar soluciones a problemas.

Ejercítalas



¿Cómo utilizan los enfermeros el pensamiento crítico?

- Los enfermeros piensan más allá de las tareas asignadas para brindar una excelente atención a sus pacientes.
- Los enfermeros son responsables del cuidado de muchos pacientes durante sus turnos. Las habilidades sólidas de pensamiento crítico son cruciales al hacer malabarismos con varias tareas. Así la seguridad y la atención del paciente no se verán comprometidas.
- Seguir un procedimiento paso a paso sin ajustarlo a las necesidades particulares del paciente es un ejemplo claro de un enfermero dirigido a la tarea y no al pensamiento crítico.

– Por ejemplo, una enfermera puede tener la tarea de cambiar un apósito para heridas, administrar medicamentos y controlar los signos vitales durante un turno. Sin embargo, se requieren habilidades de pensamiento crítico para comprender cómo al evaluar una herida y esta tener cambios negativos, esto puede afectar la presión arterial y la temperatura y a su vez pensará en cuándo esos cambios pueden requerir una intervención médica inmediata.

Pensar críticamente te ayudará a determinar qué paciente ver primero, qué medicamentos administrar primero y el orden en el que organizar el cuidado diario de los pacientes. Las condiciones y los entornos de los pacientes están en constante cambio, por lo que los enfermeros deben evaluar y revisar constantemente la información que recopilan para mantener seguros a sus pacientes".



Las 5 Formas Principales = Habilidades de Pensamiento Crítico

- Enfoque basado en casos
- Practicar la autorreflexión
- Desarrolla una mente que cuestiona
- Practica la autoconciencia
- Usa un proceso

1. Enfoque basado en casos

- Es como descifrar un misterio, se deben hacer preguntas sobre la situación que ayuden a determinar la información que tienen y la información que necesitan. "¿Qué está pasando? ¿Qué información me estoy perdiendo? ¿Puedo obtener esa información? ¿Qué significa esa información para el paciente? ¿Con qué rapidez debo actuar?"



**Usar
correctamente
el proceso.**



**Hacer preguntas
Recopilar información
Implementar una estrategia
Evaluar los resultados
Considere otro punto de vista**



Trampas comunes del pensamiento crítico en enfermería

Tu cerebro usa un conjunto de procesos para hacer inferencias sobre lo que sucede a tu alrededor.

Los prejuicios están en la parte superior de la lista de trampas comunes para el pensamiento crítico en enfermería.

En algunos casos, sus sesgos pueden llevarlo por el camino equivocado.

Los nuevos enfermeros pueden sentirse abrumados por la transición de lo académico a la práctica clínica, lo que lleva a una mentalidad orientada a las tareas y esto es un error común, esto entra en conflicto con las habilidades de pensamiento crítico.

El miedo y el orgullo también pueden obstaculizar el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico. Su sistema de creencias y visión del mundo brindan consuelo y guía, pero esto puede impedir su juicio cuando se enfrenta a una persona cuyo sistema de creencias o prácticas culturales no son las mismas que las tuyas.

El miedo o el orgullo pueden impedirle seguir una línea de interrogatorio que beneficie al paciente



Veamos un ejemplo:

Considere a un paciente cuya presión arterial es baja pero que también necesita tomar un medicamento para la presión arterial a una hora programada.

Veamos un ejemplo:

Un enfermero orientada a la tarea puede proporcionar el medicamento sin tener en cuenta la presión arterial del paciente porque la administración de medicamentos es una tarea que debe completarse.

Un enfermero que emplee habilidades de pensamiento crítico abordaría la presión arterial baja, revisaría la presión arterial del paciente, historial y tendencias, y potencialmente llamaría al médico para discutir si se debe suspender la medicación.



¿Cómo ejercitar el Pensamiento Crítico?

- Aprenda de sus errores y de los errores de otros enfermeros.
- Espere integrar cambios que mejoren la atención al paciente.
- Trate cada interacción con el paciente como parte de un todo.
- Evalúe nuevos eventos basados en conocimientos pasados y ajuste la toma de decisiones según sea necesario.
- Resuelva problemas con sus compañeros.
- Sea seguro de sí mismo.
- Reconozca los sesgos y trate de garantizar que estos no afecten la atención del paciente.



Conclusión



Pensar críticamente te ayudará a determinar qué paciente ver primero, qué medicamentos administrar primero y el orden en el que organizar el cuidado diario de los pacientes. Las condiciones y los entornos de los pacientes están en constante cambio, por lo que los enfermeros deben evaluar y revisar constantemente la información que recopilan para mantener seguros a sus pacientes.

Recuerda, es más fácil practicar las preguntas en un ambiente tranquilo y sin estrés hasta que se convierta en un hábito. Luego, en el caos del momento en que la atención de su paciente depende de su capacidad para hacer la pregunta correcta, podrá estar listo para estar a la altura de las circunstancias.



¡Muchas gracias!

¿Tienen alguna pregunta?

No dudes en contactarnos



Ademas, puedes adquirir nuestro
Curso Intensivo.

Como ser un Enfermero con Juicio Clínico

RECUERDA

Las preguntas impulsan el aprendizaje activo y entrenan tu cerebro para ver el mundo de manera diferente y no dar nada por sentado.

